

Frittierte Fisch-Bällchen mit Mungobohnen-Keimlingen und Mayonnaise

Aus Fisch kann man auch sehr schöne Fisch-Bällchen zubereiten, die man in der Friteuse oder in der Pfanne gart.

Ich verwende für die Bällchen Welsfilets. Und gebe noch kleingeschnittene Steckrübe und Knollensellerie hinzu. Dazu sehr viel frischen Rosmarin. Damit die Bällchen eine gewisse Festigkeit haben und in der Friteuse nicht auseinander fallen, gebe ich Semmelbrösel und Eier für Bindung hinzu.

Damit die Bällchen nicht zu trocken beim Essen sind, serviere ich dazu eine selbstgemachte Mayonnaise.

Und als Beilage einfach ein kleines Keimlinge-Gemüse mit einer kleinen Riesling-Sauce.

[amd-zlrecipe-recipe:486]